

MỘT SỐ BIỆN PHÁP GIÁO DỤC KỸ NĂNG TỰ BẢO VỆ BẢN THÂN CHO TRẺ 5-6 TUỔI THÔNG QUA TÌNH HUỐNG GIẢ ĐỊNH TẠI TRƯỜNG MẦM NON

Vũ Thị Lan
Trường Đại học Tân Trào

Tóm tắt: Trẻ mầm non nói chung và 5-6 tuổi nói riêng là đối tượng luôn cần phải có sự quan tâm, chăm sóc và bảo vệ của người lớn. Tuy nhiên không phải lúc nào người lớn cũng có thể để mắt đến trẻ và thực tế đã có những tai nạn đáng tiếc xảy ra. Vì vậy việc trang bị cho trẻ những kỹ năng tự bảo vệ mình là điều hết sức quan trọng. Trên cơ sở đặc điểm tâm sinh lý của trẻ 5-6 tuổi, giáo viên có thể xây dựng một số biện pháp để giáo dục kỹ năng này cho trẻ một cách hiệu quả thông qua các tình huống giả định ở trường mầm non.

Từ khoá: Biện pháp giáo dục, kỹ năng tự bảo vệ bản thân, trẻ 5-6 tuổi, tình huống giả định, trường mầm non.

SOME MEASURES TO EDUCATE SELF-PROTECTION SKILLS FOR 5-6-YEAR-OLD CHILDREN THROUGH SIMULATED SITUATIONS IN PRESCHOOLS

Abstract: Preschool children in general and 5-6-year-olds in particular are subjects who always need the care, attention, and protection of adults. However, adults cannot always keep an eye on children, and in reality, unfortunate accidents have occurred. Therefore, equipping children with self-protection skills is extremely important. Based on the psycho-physiological characteristics of preschool children, teachers can develop a number of measures to effectively educate this skill for children through simulated situations in preschools.

Keywords: Educational measures, self-protection skills, 5-6-year-old children, simulated situations, preschool.

Nhận bài: 13/10/2025

Phản biện: 12/11/2025

Duyệt đăng: 16/11/2025

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Thống kê gần đây nhất trong bản báo cáo tổng hợp về phòng chống tai nạn thương tích trẻ em Việt Nam của Quỹ nhi đồng Liên Hiệp Quốc (UNICEF) cho thấy: điện giật, đuối nước, bỏng, ngã, ngạt, động vật cắn, tai nạn giao thông, ngộ độc, ... là những nguyên nhân gây tử vong cho trung bình 8.000 trẻ em Việt Nam mỗi năm. Điều này cho thấy minh chứng rõ rệt về sự cấp thiết và cần trang bị cho trẻ các kỹ năng cần thiết để ứng phó, xử lý các tình huống nguy hiểm gặp phải cũng như bảo vệ chính bản thân mình.

Đối với trẻ 5-6 tuổi, kinh nghiệm về cuộc sống còn rất hạn chế, trẻ còn sống trong sự bao bọc của cha mẹ, chưa phát triển hoàn thiện cả về mặt thể chất lẫn tâm lý, trẻ còn yếu ớt, khả năng phản ứng kém, dễ rơi vào thế bị động, khó khăn trong việc ứng phó những tác động tiêu cực từ phía bên ngoài, đặc biệt là những hành vi có tính xâm hại làm tổn thương thể chất các em. Trẻ có thể đối mặt với rất nhiều mối nguy hại như bắt cóc, xâm hại, những tai nạn như đuối nước, đi lạc.... Chính vì vậy, giáo dục để hình thành kỹ năng tự bảo vệ cho trẻ đã trở thành một nhiệm vụ không thể thiếu được trong nhà trường mầm non.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Những vấn đề chung về giáo dục kỹ năng tự bảo vệ bản thân cho trẻ 5-6 tuổi thông qua hướng giả định

Kỹ năng tự bảo vệ bản thân (TBVBT) là khả năng con người vận dụng những kiến thức của mình để nhận diện và bên cạnh đó là biết cách ứng phó kịp thời trước các tình huống bất lợi, những hoàn cảnh nguy hiểm có thể xảy ra để bản thân được an toàn.

Tình huống giả định là mô tả những sự kiện, hoàn cảnh có thực hoặc hư cấu có thể xảy ra trong thực tế cuộc sống được gia công tạo dựng lên, là một tình huống được tạo ra trong một bối cảnh tưởng tượng, không phải là sự thực tế hiện tại. Nó thường được sử dụng trong lĩnh vực học thuật, phân tích, tư duy logic để đánh giá các khả năng, kết quả hoặc hậu quả của một tình huống nhất định. Tình huống giả định được sử dụng để mô phỏng các kịch bản, thử nghiệm, dự đoán hoặc suy luận vì không thể kiểm tra trực tiếp các tác động của các yếu tố khác nhau trên một tình huống cụ thể. Việc sử dụng tình huống giả định giúp ta hiểu được những ảnh hưởng có thể xảy ra và tìm ra những giải pháp hay quyết định phù hợp.

Ví dụ về tình huống giả định, khi đặt ra câu hỏi “Nếu trẻ nhận kẹo từ người lạ, tình huống sẽ như thế nào?” hay “Nếu trẻ biết tìm kiếm sự giúp đỡ khi gặp tình huống khó khăn, kết quả sẽ thay đổi ra sao?”.

Giáo dục kỹ năng TBVBT cho trẻ thông qua tình huống giả định là: Những tác động sự phạm có mục đích, có định hướng thông qua các tình huống giả định, do các nhà sư phạm gia công tạo dựng nên, tác động đến trẻ buộc trẻ phải suy nghĩ, hành động, đối phó, tìm các giải quyết tình huống đó. Để từ đó trẻ có thể vận dụng những kiến thức, kinh nghiệm của mình để nhận diện các tình huống, giúp trẻ bình tĩnh, đảm bảo an toàn cho bản thân trẻ trước các tình huống bất lợi và rèn luyện thêm kỹ năng TBVBT cho trẻ. Trong quá trình sử dụng tình huống giả định, người lớn cần tạo ra môi trường an toàn và ủng hộ để trẻ dễ dàng tham gia và học hỏi. Ngoài ra, việc liên tục lặp lại các tình huống và cung cấp phản hồi tích cực sẽ giúp trẻ nắm bắt được thông điệp và kỹ năng TBVBT.

2.2. Đặc điểm tâm sinh lý của trẻ 5-6 tuổi

Đối với đặc điểm sinh lý của trẻ 5- 6 tuổi: Hàng tháng cân nặng của trẻ tăng từ 100g-150g, đến 6 tuổi cân nặng trung bình từ 18kg-20kg. Chiều cao tăng từ 1cm-1,5cm hàng tháng, trẻ 6 tuổi từ 105cm-115cm. Khi 6 tuổi, não bộ của trẻ đạt khoảng 1300g đối với người lớn, quá trình phân hóa và phát triển của não bộ đã hoàn thiện. Hệ tiêu hóa của trẻ được phát triển đến mức hoàn thiện. Trẻ đã mọc đầy đủ 8 răng hàm, trẻ bắt đầu thay răng. Trẻ hoàn toàn kiểm soát được sự vận động của cơ thể trong giai đoạn này. Trẻ sau 5 tuổi có thể vận động toàn thân, hoặc một số động tác phức tạp hơn như nhảy dây, đá cầu,... Cơ thể trẻ không những có thể hoạt động tự do mà còn nhanh nhẹn, có thể viết hoặc vẽ bằng bút đồng thời thực hiện nhiều động tác mới và tinh tế hơn.

Đối với đặc điểm tâm lý của trẻ 5- 6 tuổi: đặc điểm tâm lý trẻ 5 - 6 tuổi phát triển hoàn toàn vượt trội hơn so với các lứa tuổi trước. Dưới đây là các đặc điểm tâm sinh lý của trẻ:

- + Mức độ nhận thức của trẻ ngày càng đa dạng và phong phú về kiểu và loại.
- + Mức độ có chủ đích của quá trình là tinh thần thể hiện rõ ràng hơn, có ý thức hơn.
- + Tính mục đích và phát triển được hình thành ở trình độ cao hơn.
- + Độ nhạy của các giác quan được tinh luyện hơn.

- + Khả năng kiểm soát của tâm lý được phát triển.
- + Quá trình phát triển tâm lý mạnh mẽ và đặc trưng nhất của trẻ giai đoạn này, đó là tư duy. Sự phát triển của tư duy rất quan trọng trong các đặc điểm tâm lý của trẻ 5 - 6 tuổi. Trẻ có thể xác lập những tư duy đơn giản đến phức tạp qua sự kết hợp giữa các loại hình, các sự kiện, các thao tác và thông tin thiết lập mối quan hệ nhanh chóng ...

Đặc điểm tâm lý trẻ 5 - 6 tuổi luôn phát triển ổn định hơn so với các giai đoạn trước. Theo mối quan hệ giao tiếp với những người xung quanh. Các sắc thái tình cảm của con người liên quan đến các nhóm tuổi và địa vị xã hội khác nhau và có thể thay đổi và tùy theo ngữ cảnh.

Đặc điểm tâm lý trẻ 5 - 6 tuổi về mặt cảm xúc và trí tuệ: cảm xúc và trí thông minh của trẻ được phát triển và mọi nhận thức mới đều kích thích trẻ vui vẻ, say mê và hứng thú; trong trò chơi, học tập và tự phục vụ, tính tò mò tạo ra nhiều cảm xúc tích cực; những sự thành công và thất bại là sức mạnh để trẻ phát triển tình cảm và trí tuệ.

Đặc điểm tâm lý trẻ 5 - 6 tuổi về mặt đạo đức: Bằng cách hiểu ý nghĩa của các chuẩn mực hành vi tốt và xấu. Giao tiếp với mọi người thông qua niềm vui; do gia đình, nhà trẻ xây dựng những thói quen sinh hoạt tốt ... Trẻ biết cần phải có nhiều hành vi tốt để làm hài lòng mọi người. Đặc điểm tâm lý trẻ 5-6 tuổi có nhiều sự trưởng thành về tâm sinh lý, nhận thức, trí tuệ, ngôn ngữ, trí lực giúp trẻ bước đầu thích nghi với môi trường sống.

Việc chuẩn bị cho trẻ kỹ năng sống là yếu tố và tiền đề để chuẩn bị cho các hoạt động học tập, để trẻ có thể thích nghi tốt nhất và nhanh nhất với môi trường sống xung quanh.

Chuẩn bị về thể chất: Đảm bảo trẻ khỏe mạnh về thể chất, linh hoạt, phối hợp mềm mại được các vận động cơ bản.

Chuẩn bị tâm lý: tư duy, tò mò, khả năng tập trung, trí tưởng tượng, trí nhớ, ...

Chuẩn bị một số nét tính cách: tính chủ động, độc lập, kiên trì, lòng tự trọng...,

Chuẩn bị đặc biệt: Là sự chuẩn bị về năng lực và phẩm chất đặc biệt trực tiếp giúp trẻ thích ứng dễ dàng và nhanh chóng với môi trường và các hoạt động.

2.3. Một số biện pháp giáo dục kỹ năng TBVBT thông qua các tình huống giả định cho trẻ 5-6 tuổi tại trường mầm non

**Biện pháp 1: Thiết kế, tổ chức quy trình nhằm giáo dục kỹ năng TBVBT cho trẻ 5 – 6 tuổi thông qua các tình huống giả định*

Mục đích của biện pháp này cũng nhằm bồi dưỡng, trang bị cho giáo viên những hiểu biết chung về giáo dục mầm non và cách tổ chức các tình huống giả định nhằm giáo dục kỹ năng TBVBT cho trẻ.

Xác định kỹ năng TBVBT, lựa chọn chủ đề, xây dựng kế hoạch, kịch bản, tiêu chí đánh giá, tổ chức cho trẻ tham gia vào các hoạt động và đánh giá rút kinh nghiệm. Thiết kế, tổ chức quy trình nhằm giáo dục kỹ năng TBVBT cho trẻ 5 – 6 tuổi thông qua các tình huống giả định theo chủ đề có ý nghĩa thúc đẩy trẻ tích cực thể hiện bản thân khi được tham gia vào tình huống tạo cơ hội cho trẻ trải nghiệm và thể hiện những kỹ năng TBVBT

Quá trình tổ chức các tình huống giả định cho trẻ 5 – 6 tuổi, giáo viên thực hiện các tình huống từ đơn giản đến phức tạp, từ dễ đến khó và cần có sự tương ứng với quá trình hoạt động, quá trình nhận thức và quá trình thực hiện các kỹ năng TBVBT cụ thể của trẻ.

Tổ chức cho trẻ các tình huống giả định: Trong quá trình tổ chức cho trẻ các tình huống giả định, giáo viên phải gợi ý được vấn đề để trẻ cảm thấy hứng thú và tích cực, giáo viên chỉ đảm nhận vai trò là người gợi mở và định hướng, hướng dẫn, không áp đặt trẻ và gò bó trẻ trong quá trình tham gia, quan sát tình huống. Bên cạnh đó, cần để trẻ mạnh dạn, tự tin, tích cực, không e dè, ngại ngùng trong khi tham gia tình huống, để trẻ được tự do trong thế giới trẻ thơ của mình.

Đánh giá rút kinh nghiệm: Trước hết phải nhận xét, khuyến khích trẻ, sau đó giáo viên đánh giá kỹ năng TBVBT của trẻ qua mỗi tình huống. Cần đánh giá một cách toàn diện về mọi mặt: đánh giá hoạt động cá nhân trẻ, đánh giá kỹ năng TBVBT của trẻ qua các tình huống giả định, đánh giá các bước trong tổ chức các tình huống giả định với tiêu chí đánh giá rõ ràng và đánh giá rút kinh nghiệm tiến hành càng sớm càng tốt sau khi trẻ thực hiện các kế hoạch hoạt động mà giáo viên yêu cầu.

**Biện pháp 2: Xây dựng tình huống giả định hấp dẫn và tăng cường sân khấu hóa các tình huống đó nhằm cuốn hút nhiều trẻ tham gia rèn luyện kỹ năng TBVBT*

Tạo các tình huống giả định hấp dẫn hứng sẽ giúp trẻ hứng thú hơn với hoạt động tạo điều kiện phát triển kỹ năng TBVBT. Các tình huống có vấn đề sẽ giúp trẻ cảm thấy hào hứng, kích thích sự tò mò, khám phá để giải quyết các vấn đề, từ đó sẽ giúp kỹ năng TBVBT của trẻ phát triển rõ nét hơn.

Khi nhập vai vào tình huống trẻ học được các kỹ năng mới lĩnh hội được kiến thức đây là môi trường tốt nhất để trải nghiệm và hình thành cho trẻ khả năng TBVBT

Giáo viên cần tạo tình huống chơi nêu vấn đề liên quan đến kỹ năng TBVBT trong quá trình trẻ tham gia vào tình huống giả định. Qua đó, cô sẽ khơi gợi ở trẻ cách xử lý với các tình huống cụ thể nào đó, các tình huống làm nảy sinh yêu cầu thể hiện kỹ năng TBVBT, vì vậy sẽ giúp trẻ tích cực hình thành và phát triển kỹ năng TBVBT.

Thực hiện các tình huống phải khéo léo, đưa vào quá trình chơi nhằm giúp trẻ phản ánh được các mối quan hệ cuộc sống xung quanh trẻ qua tình huống giả định, thông qua các mối quan hệ khi tham gia trò chơi sẽ giúp trẻ có cơ hội được thể hiện kỹ năng TBVBT với các mối quan hệ khác nhau và với các vai chơi khác nhau. Ví dụ: Khi trẻ trải nghiệm kỹ năng TBVBT thông qua hoạt động “Bé tham gia hội chợ”. Trẻ được vào vai trẻ cùng gia đình đi tham quan mua sắm. Khi đến khu chợ, trẻ thích món đồ chơi hay gian hàng nào đó có thể bị lạc hoặc gặp người lạ dụ dỗ, đòi hỏi trẻ phải có kỹ năng nhận biết mối nguy hiểm xung quanh mình và giải quyết các tình huống một cách hợp lý.

Giáo viên phải luôn có mặt trong các tình huống của trẻ tham gia, theo dõi, quan sát theo dõi trẻ để kịp thời giải quyết những vấn đề nảy sinh trong khi tham gia tình huống, từ đó khuyến khích trẻ thể hiện kỹ năng TBVBT của mình.

**Biện pháp 3: Phối hợp giữa trường mầm non và gia đình trẻ để giáo dục kỹ năng TBVBT cho trẻ 5 – 6 tuổi thông qua các tình huống giả định*

Tạo ra sự thống nhất từ nhận thức tới hành động, tạo ra một môi trường học tập toàn diện cho trẻ, nói lên ý nghĩa của việc phối hợp giữa giáo viên và cha mẹ trẻ trong việc giáo dục kỹ năng TBVBT cho trẻ, phát huy vai trò của cha mẹ trong việc giáo dục kỹ năng TBVBT cho trẻ. Đồng thời sự hợp tác cũng làm tăng cường sự thấu hiểu giữa hai bên từ đó xây dựng nên một cộng đồng giáo dục tích cực xung quanh trẻ

Giáo viên cần phải tư vấn cho các bậc cha mẹ kiến thức, kỹ năng tổ chức các tình huống giả định ở gia đình. Do vậy, việc tư vấn cho các bậc cha mẹ những kiến thức và kỹ năng giáo dục trẻ thông qua các tình huống giả định ở gia đình là một nội dung thiết thực. Tổ chức các tình huống giả định không khó đối với các bậc cha mẹ, tuy nhiên họ cần được hướng dẫn việc tổ chức trò chơi mang

tính sư phạm cao và phù hợp với đặc điểm tâm sinh lý của trẻ 5 – 6 tuổi. Mỗi đứa trẻ có một mức độ nhận thức khác nhau, kỹ năng TBVBT cũng khác nhau. Vì vậy, muốn phát huy tối ưu kỹ năng của trẻ thì giáo viên cần phối hợp với gia đình trẻ nhằm nắm bắt đặc điểm của trẻ, những yếu tố ảnh hưởng đến sự hình thành và phát triển kỹ năng này của trẻ. Nhà trường, giáo viên và gia đình cần phối hợp chặt chẽ với nhau trong việc giáo dục cho trẻ. Phối hợp với gia đình để khắc phục những yếu tố ảnh hưởng không thuận lợi tới giáo dục kỹ năng TBVBT của trẻ.

**Biện pháp 4: Tăng cường cơ sở vật chất, tạo điều kiện để trẻ tham gia tích cực các hoạt động trong các tình huống giả định*

Cần tăng cường cơ sở vật chất, trong đó thiết kế và sắp xếp các đồ chơi hấp dẫn ở các góc chơi sẽ giúp trẻ có nhiều sự lựa chọn, nhiều cơ hội hình thành và phát triển kỹ năng TBVBT, giúp trẻ nảy sinh được ý tưởng, khám phá nhiều điều mới lạ trong cuộc sống, giúp trẻ bộc lộ hết khả năng của mình, tạo điều kiện thuận lợi giáo dục kỹ năng TBVBT cho trẻ.

Biện pháp tăng cường cơ sở vật chất để giáo dục kỹ năng TBVBT cho trẻ thông qua các tình huống giả định cần tập trung vào các mặt sau: Đầu tiên cần tạo ra sự phát triển ổn định và bền vững về mặt cơ sở vật chất nhà trường. Đây là yếu tố quan trọng góp phần làm cho mọi hoạt động trong nhà trường đều được chú ý phát triển trong sự ổn định, bền vững.

Tiếp theo, cần tạo dựng tập trung đủ điều kiện cần thiết vật chất cho việc giáo dục kỹ năng TBVBT, trải nghiệm một cách tối ưu nhất cho trẻ qua tình huống giả định. Mặc dù các chủ đề trong tình huống giả định gần gũi với trẻ, tuy nhiên không phải đứa trẻ nào cũng được trải nghiệm đầy đủ các mối quan hệ đó.

Sau cùng, việc mô phỏng của giáo viên phải trực quan hình ảnh, có đồ vật hiện hữu, làm mẫu kết hợp lời nói để trẻ dễ tiếp nhận. Chẳng hạn như khi trẻ chưa biết về một mối quan hệ nào đó, chưa biết những đồ vật cần có khi thực hiện hoạt động đó mà giáo viên chỉ nói rất nhanh, rất khái quát trong phần dẫn dắt mở đầu.

III. KẾT LUẬN

Kỹ năng TBVBT là hình thức phát triển của hành động và ý thức là một kỹ năng cần thiết góp phần phát triển toàn diện nhân cách của trẻ, giúp cho trẻ hiểu rõ về bản thân mình về cơ thể mình và biết nhận biết những mối nguy hiểm xung quanh, tránh xa những mối nguy hiểm đó và biết cách ứng phó khi bản thân gặp tình huống nguy hiểm.

Trẻ được giáo dục kỹ năng TBVBT tốt, thường là sẽ có xu hướng hoạt động tự tin biết suy nghĩ chúng hiểu được hành động mình đang làm có lợi hay có hại. Trẻ biết tìm sự trợ giúp khi gặp tình huống xấu. Từ đó trẻ sẽ có điều kiện tốt để phát triển về tư duy và nhân cách, thích tìm tòi khám phá thế giới, và quan trọng nhất là trẻ sẽ tự bảo vệ được bản thân tránh khỏi những mối nguy hại, tránh được những tai nạn đáng tiếc có thể xảy ra.

Ngược lại, những trẻ không được giáo dục kỹ năng TBVBT thường sẽ rụt rè, không kiểm soát được hành động của mình là có lợi hay có hại cho bản thân, không nhận biết được mối nguy hiểm xung quanh chúng, không biết xử lý trước những tình huống bị động và không biết tìm kiếm sự trợ giúp, trẻ cũng không có mong muốn gì và có cảm giác thờ ơ hững hờ, bàng quan với sự việc, hiện tượng ngoài môi trường và đặc biệt là rất dễ bị ảnh hưởng xấu hoặc thậm trí là gặp nguy hiểm.

Các biện pháp trên sẽ giúp cho giáo viên, phụ huynh và những người chăm nuôi trẻ hình thành và rèn luyện cho trẻ những kỹ năng vô cùng cần thiết để tự bảo vệ mình trong cuộc sống. Điều đó có ý nghĩa quan trọng trong hiện tại, tương lai và trong suốt cuộc đời của mỗi đứa trẻ.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Nguyễn Thanh Bình, Lưu Thị Thu Thủy, Nguyễn Kim Dung, Vũ Thị Sơn (2006), “*Giáo dục kỹ năng sống ở Việt Nam*”, UNESCO
- Nguyễn Thị Thu Hà (2018), Quản lý giáo dục kỹ năng sống cho sinh viên đại học Huế trong bối cảnh hiện nay, Luận án tiến sĩ, Viện khoa học Việt Nam (6/2018)
- Lê Hoàng thị Bá Lộc (2019), Sáng kiến kinh nghiệm “*Một số biện pháp giáo dục kỹ năng bảo vệ bản thân cho trẻ 4-5 tuổi tại trường Mầm non Ea Tung*”.
- Hoàng Thanh Phương (Chủ biên), Kim Thị Hải Yến, Lê Thị Hồng Chi, Bùi Thị Loan (2021), *Giáo dục kỹ năng sống cho trẻ mầm non*, NXB Đại học Quốc gia Hà Nội.
- Nguyễn Thị Hải Yến (2023), “*Giáo dục kỹ năng tự ý thức về bản thân cho trẻ 5-6 tuổi trong trò chơi đóng vai có chủ đề ở một số trường mầm non thuộc địa bàn huyện Yên Sơn, tỉnh Tuyên Quang*”.